

Hubungan Kecepatan Terhadap Ketrampilan Menggiring Bola Dalam Sepak Bola Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 7 Dumoga

Yosua Tumbel¹, Marnex W. Berhimpong², Maxi M. L Moleong³

Universitas Negeri Manado, Tondano, Indonesia

Korespondensi penulis : yosuatumbe@gmail.com

Abstract. *This study aims to analyze the relationship between speed and dribbling skills in eighth grade students. Dribbling skills are one of the basic skills in football that are important for the effectiveness of the game. Speed in dribbling the ball plays a key role in improving an individual's ability to face opponents and carry out effective attacks. The research approach used is quantitative with a correlational method. The population in this study were all eighth grade students at SMP Negeri 7 Dumoga, with samples selected randomly. The research instruments included a speed test and a dribbling skills test, each of which was measured through a standardized trial. The results showed that there was a significant negative relationship between speed and dribbling skills with a Pearson correlation value of -0.65 and a significance of 0.001. This indicates that students who have higher speed tend to have better dribbling skills. This finding is consistent with previous studies stating that speed is an important factor in the development of dribbling skills. Based on the results of the study, it is recommended that coaches and sports teachers focus more on speed training in soccer training programs to improve students' dribbling skills.*

Keywords: *Speed, Dribbling Skills, Soccer, Grade VIII Students, Correlation*

1. PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan cabang olahraga yang telah dikenal luas oleh masyarakat, baik sebagai hiburan, sarana untuk meningkatkan kebugaran tubuh, maupun sebagai ajang prestasi untuk mewakili desa, daerah, dan negara. Kepopuleran sepak bola ini mencerminkan perkembangan olahraga sepak bola di Indonesia dan di negara-negara maju pada umumnya.

Permainan sepak bola menuntut adanya kerjasama tim yang baik dan teratur. Sebagai olahraga tim, kerjasama menjadi faktor utama yang harus dipenuhi oleh setiap kesebelasan yang ingin meraih kemenangan. Kemenangan dalam permainan sepak bola tidak dapat diperoleh secara individu, melainkan melalui usaha kolektif dari seluruh pemain. Selain itu, setiap pemain perlu memiliki kondisi fisik yang prima, penguasaan teknik dasar yang baik, serta mental bertanding yang kuat.

Secara umum, olahraga memiliki berbagai tujuan, bergantung pada jenis olahraga yang dilakukan. Namun, tujuan olahraga meliputi memelihara dan meningkatkan kebugaran jasmani, menjaga serta meningkatkan kesehatan, mengembangkan minat

olahraga sebagai kegiatan rekreasi, dan meningkatkan prestasi olahraga setinggi-tingginya. Semua tujuan tersebut penting untuk dicapai, namun dalam permainan sepak bola, tujuan yang lebih spesifik adalah memenangkan pertandingan. Keberhasilan ini dapat diraih apabila latihan dilakukan dengan tepat, berdasarkan prinsip latihan yang terencana, terprogram, dan memiliki tujuan yang jelas.

Permainan sepakbola modern saat ini telah mengalami banyak kemajuan, perubahan serta perkembangan yang pesat, baik dari segi kondisi fisik, teknik, taktik permainan maupun mental pemain itu sendiri. Kemajuan dan perkembangan tersebut dapat dilihat dalam siaran langsung pertandingan perebutan Piala Eropa, penyisihan Pra Piala Dunia oleh tim-tim kesebelasan Eropa maupun Amerika Latin. Bagaimana permainan cepat dan teknik yang baik yang didukung oleh kemampuan individu menonjol serta seni gerak telah pula ditampilkan. Permainan yang cepat dan teknik yang baik itulah yang perlu dicontoh oleh persepakbolaan Indonesia agar dapat maju dan berkembang dengan baik. Masalah peningkatan prestasi di bidang olahraga sebagai sasaran yang ingin dicapai dalam pembinaan olahraga di Indonesia membutuhkan waktu yang lama dalam proses pembinaannya. Pembinaan olahraga menuntut partisipasi dari semua pihak demi peningkatan prestasi olahraga di Indonesia. Manusia dapat mencapai prestasi pada berbagai usia, akan tetapi prestasi dalam olahraga terutama dicapai oleh mereka yang masih muda usianya. Pencapaian prestasi semua cabang olahraga khususnya sepakbola dapat ditingkatkan pula pada mereka yang masih muda usianya.

Kondisi fisik pemain sepakbola menjadi sumber bahan untuk dibina oleh pakar sepakbola selain teknik, taktik, mental dan kematangan bertanding. Kondisi fisik yang baik dan prima serta siap untuk menghadapi lawan bertanding merupakan unsur yang penting dalam permainan sepakbola. Seorang pemain sepakbola dalam bertahan maupun menyerang kadang-kadang menghadapi benturan keras, ataupun harus lari dengan kecepatan penuh ataupun berkelit menghindari lawan, berhenti menguasai bola dengan tiba-tiba. Seorang pemain sepakbola dalam mengatasi hal seperti itu haruslah dibina dan dilatih sejak awal. Kondisi fisik yang baik serta penguasaan teknik yang baik dapat memberikan sumbangan yang cukup besar untuk memiliki kecakapan bermain sepakbola. Tetapi hal itu perlu diselidiki lebih lanjut oleh pakar sepakbola di tanah air. Kondisi fisik

yang baik tanpa didukung dengan penguasaan teknik bermain, taktik yang baik serta mental yang baik, maka prestasi yang akan dicapai tidak dapat berjalan seimbang. Demikian pula sebaliknya memiliki kondisi yang jelek tetapi teknik, taktik dan mental yang baik juga kurang mendukung untuk pencapaian prestasi. Untuk itu perlu pembinaan yang baik pada cabang olahraga sepakbola ini sedini mungkin untuk mencapai sasaran pada event tertentu agar prestasi puncak dapat ditampilkan sebaik-baiknya.

Dalam proses latihan unsur-unsur kondisi fisik menempati posisi terdepan untuk dilatih, yang berlanjut ke latihan teknik, taktik, mental dan kematangan bertanding dalam pencapaian prestasi. Lebih lanjut Suharno HP (1985: 24), menyatakan bahwa pembinaan fisik, teknik, taktik, mental dan kematangan bertanding merupakan sasaran latihan secara keseluruhan, dimana aspek yang satu tidak dapat ditinggalkan dalam program latihan yang berkesinambungan sepanjang tahun. Hocke dan Nasution (1956: 31) menyatakan manusia dapat mencapai prestasi pada berbagai usia, akan tetapi prestasi dalam olahraga terutama dicapai oleh mereka yang muda usianya. Hal ini menunjukkan bahwa semua cabang olahraga khususnya sepakbola dapat ditingkatkan pada usia muda untuk pencapaian prestasi tertinggi. Latihan kondisi fisik secara teratur dan berkesinambungan dapat memberikan sumbangan yang besar bagi peningkatan kemampuan pengembangan teknik dalam pertandingan. Hal ini ditambahkan oleh Sardjono (1981: 1), bahwa peranan latihan untuk mengembangkan unsur-unsur permainan sepak bola guna meningkatkan kecakapan bermain sangat menentukan. Unsur-unsur kondisi fisik yang perlu dilatih dan ditingkatkan sesuai dengan cabang olahraga masing-masing sesuai dengan kebutuhannya dalam permainan maupun pertandingan. Dalam peningkatan kondisi fisik maka perlu dilatih dengan beberapa unsur fisik, sedangkan unsur fisik umum meliputi kekuatan, daya tahan, kecepatan dan kelentukan. Sedangkan unsur fisik khususnya mencakup stamina, daya ledak, reaksi, koordinasi, ketepatan dan keseimbangan. [4].

Salah satu faktor mendasar yang harus dikuasai agar dapat bermain sepakbola dengan baik adalah menguasai menggiring bola. Teknik bermain merupakan kelengkapan yang fundamental sebagai dasar bermain, selain pembinaan yang lainnya (Effendi, Awang Roni Rhamadhansyah, 2017) Kondisi fisik merupakan faktor dasar bagi setiap atlet dan turut berperan dalam menentukan faktor resiko cedera atlet. Yang mana resiko terjadinya cedera dibagi menjadi dua faktor, yaitu faktor internal keahlian atlet sendiri (intrinsik) dan faktor ekstrinsik. Faktor intrinsik terdiri dari komponen yang dimiliki oleh

atlit diantaranya kondisi fisik dan keterampilan teknik. Dimana komponen tersebut mempengaruhi dari performa atlit ketika berlatih dan bertanding dan faktor resiko ini dapat diminimalisir (Puspitasari, 2019)

Tiap – tiap cabang olahraga mempunyai sifat tertentu dan pesertanya harus memenuhi syarat tertentu. Seorang pemain sepaakbola harus memiliki dan menguasai teknik bermain yang baik terutama teknik dengan bola, yang diperlukan saat menyerang dan menguasai bola. Untuk teknik yang diperlukan adalah teknik menggiring bola (Dribbling) . Yang perlu dilatih dengan posisi yang cukup disamping itu untuk menghindari dan melakukan gerak tipu untuk mengecoh lawan saat menguasai bola perlu memiliki kecepatan dan kelincahan tubuh untuk menghindari sergapan lawan.5]maka berdasarkan uraian di atas,maka penulisan ingin melakukan penelitian ‘Hiubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Ketepatan Menendang Bola Ke Arah Gawang Pada Permainan Sepak Bola Siswa Smk N 1 Modinding.

2. METODE PENELITIAN

Jenis yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian korelasional Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional Populasi 35 sedangkan Sampel 35 Orang.

3. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat antara kecepatan dengan keterampilan menggiring bola pada siswa kelas VIII di SMP NEGERI 7 Dumoga. Dari hasil analisis data, terlihat bahwa semakin cepat siswa dalam sprint, semakin baik pula keterampilan mereka dalam menggiring bola. Temuan ini konsisten dengan teori yang mengatakan bahwa kecepatan dapat membantu dalam mengendalikan bola dengan lebih baik dalam permainan sepak bola. Hasil analisis korelasi Pearson menunjukkan nilai $r = 0.745$ Nilai ini mengindikasikan bahwa terdapat hubungan positif yang kuat antara kecepatan dan keterampilan menggiring bola. Artinya, siswa yang

memiliki waktu sprint lebih cepat cenderung memiliki keterampilan menggiring bola yang lebih baik. Beberapa faktor yang mendukung temuan ini meliputi.

1. Koordinasi Motorik yang Baik: Siswa dengan kecepatan tinggi cenderung memiliki koordinasi motorik yang baik, yang sangat penting dalam menggiring bola. Mereka mampu mengontrol bola dengan lebih stabil sambil bergerak cepat, menghindari lawan, dan membuat keputusan cepat di lapangan.
2. Kekuatan dan Ketahanan Otot: Kecepatan yang tinggi sering kali dikaitkan dengan kekuatan otot yang baik, terutama otot kaki. Kekuatan ini membantu dalam melakukan sprint dan juga dalam mengontrol bola selama dribbling. Siswa dengan otot yang kuat dapat menggiring bola dengan lebih efisien dan mempertahankan kontrol bola meskipun berada di bawah tekanan lawan.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan kecepatan terhadap keterampilan menggiring bola pada siswa kelas VIII di SMPN 7 Dumoga, dapat disimpulkan bahwa:

1. Hubungan Kecepatan dan Keterampilan Menggiring Bola: Terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecepatan dan keterampilan menggiring bola. Nilai korelasi Pearson sebesar $r = 0.745$ menunjukkan bahwa siswa dengan kecepatan yang lebih tinggi cenderung memiliki keterampilan menggiring bola yang lebih baik. Artinya, kecepatan berkontribusi secara signifikan dalam meningkatkan kemampuan menggiring bola siswa.
2. Rata-rata Kecepatan dan Keterampilan Menggiring Bola: Dari hasil pengumpulan data, diketahui bahwa rata-rata kecepatan siswa adalah 7.49 detik, sementara rata-rata skor dribbling adalah 83.6. Nilai rata-rata ini menunjukkan bahwa secara umum, siswa kelas VIII di SMPN 7 Dumoga memiliki performa yang baik dalam hal kecepatan dan keterampilan menggiring bola.
3. Signifikansi Uji Hipotesis: Uji hipotesis yang dilakukan menunjukkan nilai signifikansi $p < 0.05$ sehingga hipotesis nol ditolak. Ini mengindikasikan bahwa kecepatan berpengaruh signifikan terhadap keterampilan menggiring bola. Dengan kata lain, peningkatan kecepatan dapat diharapkan untuk meningkatkan keterampilan menggiring bola siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Algifari. 2000. Analisis Regresi. Yogyakarta. BPFE.
- Sarumpaet. 1992. Permainan Besar. Padang : Depdikbud.
- Baley, James A. 1986. Pedoman Atlet Teknik Peningkatan Ketangkasan dan Stamina. Semarang : Bahasa Priase.
- Bompa, Tudor O. 1983. Theory and Methodology of Training. Dubuge : Kendall/ Hunt Publishing Company Csanadi Arpad. 1972. Soccer. Budapest : Corvina press.
- Dangsina Moeloek dan Arjadino Tjokro. 1984. Kesehatan dan Olahraga. Jakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Depdikbud. 1977. Pembinaan Kesegaran Jasmani dengan Tes A.C.S.P.F.T Untuk Siswa SLTA Putra. Jakarta : Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi.
- Engkos Kosasih. 1985. Olahraga Teknik dan Program Latihan. Jakarta: Akademika Presindo.
- Harsono. 1988. Coaching dan Aspek-aspek Psikologi dalam Coaching. Jakarta : PT. Dirjen Dikti P2LPT.
- Hocke dan Nasution. 1956. Olahraga dan Prestasi. Bandung : Penerbit Ternate Hughes charles. 1980. Soccer Tactics and Skill. London:British Broadcasting.
- Jonath.U.E. Haag dan R. Krembel. 1984. Atletik II. Jakarta : PT. Rosda Jayaputra Lutan, Rusli. 1988. Belajar Ketrampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode. Jakarta